











































康乐及文化事务署  
社区康乐活动  
2022年7月份康乐体育活动一览表

西贡区

活动编号(班号)	日期	星期	时间	地点	年龄	费用(\$)	名额	报名/投表日期 (抽查日期) (公开候补日期)	报名方式
<b>拯溺铜章训练班</b>									
40623884 (294)	8/7-5/9	一,五	16:30-18:30	西贡游泳池(主池)	13+	108	12	2/6	 
40623885 (295)	18/7-26/8	一,三,五	20:00-22:00	将军澳游泳池(主池)	13+	108	12	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
<b>9-17岁胸泳训练班(第一阶段)</b>									
40623465 (228)	12/7-11/8	二,四	16:00-17:00	将军澳游泳池(习泳池)	9-17	100	8	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
<b>9-17岁胸泳训练班(第二阶段)</b>									
40623460 (230)	12/7-11/8	二,四	17:00-18:00	将军澳游泳池(习泳池)	9-17	100	8	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
<b>儿童捷泳训练班(第一阶段)</b>									
40623414 (210)	12/7-11/8	二,四	15:00-16:00	将军澳游泳池(习泳池)	5-8	100	8	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
<b>成人捷泳训练班(第一阶段)</b>									
40623474 (238)	13/7-12/8	三,五	7:00-8:00	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	8	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
<b>成人胸泳训练班(第一阶段)</b>									
40623479 (243)	12/7-11/8	二,四	7:00-8:00	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	8	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
40623483 (247)	13/7-12/8	三,五	20:30-21:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	8	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
<b>成人捷泳训练班(第二阶段)</b>									
40623477 (241)	13/7-12/8	三,五	19:30-20:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	10	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
<b>健体舞训练班</b>									
40630749 (SK0641)	27/7-2/9	三,五	13:00-14:00	西贡壁球场	14+	65	12	23/6	 
40630750 (SK0642)	27/7-2/9	三,五	14:00-15:00	西贡壁球场	14+	65	12	23/6	 
<b>简易太极班</b>									
40630286 (SK0550)	18/7-26/8	一,五	7:00-8:00	宝翠公园硬地足球场	6+	54	30	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
<b>活力长者计划-羽毛球自习计划</b>									
40630361 (SK0598)	7/7-28/7	四	8:00-10:00	将军澳体育馆	60+	免费	16	8/6	 
<b>正确使用健身室设施简介会</b>									
40630310 (SK0573)	26/7	二	13:00-16:00	将军澳体育馆	15+	免费	22	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
40630311 (SK0574)	26/7	二	14:00-17:00	将军澳体育馆	15+	免费	22	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
40630312 (SK0575)	5/7	二	19:00-22:00	坑口体育馆	15+	免费	25	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
40630313 (SK0576)	5/7	二	20:00-23:00	坑口体育馆	15+	免费	25	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
40630780 (SK0671)	7/7	四	19:00-22:00	香港单车馆	15+	免费	25	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
40630781 (SK0672)	7/7	四	20:00-23:00	香港单车馆	15+	免费	25	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
40630782 (SK0673)	14/7	四	19:00-22:00	香港单车馆	15+	免费	25	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
40630783 (SK0674)	14/7	四	20:00-23:00	香港单车馆	15+	免费	25	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
<b>亲子(7-17岁)羽毛球同乐日</b>									
40630752 (SK0644)	16/7	六	14:00-15:00	将军澳体育馆	7+	免费	16	18/6	
40633867 (SK0827)	16/7	六	13:00-14:00	将军澳体育馆	7+	免费	16	18/6	
<b>场地单车训练班(第二阶段)</b>									
40630841 (SK0707)	12/7	二	19:00-23:00	香港单车馆	11+	140	20	9/6	 
40630842 (SK0708)	26/7	二	19:00-23:00	香港单车馆	11+	140	20	23/6	 
<b>乒乓球训练班</b>									
40630759 (SK0651)	9/7-17/9 (10/9)除外	六	10:00-12:00	西贡壁球场	6+	86	8	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
40630760 (SK0652)	17/7-25/9 (7/8)除外	日	10:00-12:00	西贡壁球场	6+	86	8	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
<b>网球训练班</b>									
40630743 (SK0635)	11/7-10/8	一,三	9:00-11:00	宝翠公园	8+	170	12	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
40630747 (SK0639)	18/7-8/8	一,三,五	15:00-17:00	宝翠公园	8+	170	12	9/6	 
40630762 (SK0654)	12/7-13/9	二	17:00-19:00	西贡网球场	8+	170	8	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
<b>西贡区独木舟一星章训练班</b>									
40630777 (SK0668)	16/7	六	9:00-17:00	创兴水上活动中心	14+	30	8	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
<b>西贡区独木舟二星章训练班</b>									
40630778 (SK0669)	17/7	日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	14+	30	8	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
<b>西贡区初级龙舟训练班</b>									
40630771 (SK0663)	16/7	六	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	90	10	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
40630773 (SK0664)	17/7	日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	90	10	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	
<b>幼儿水上安全班</b>									
40623393 (205)	12/7-11/8	二,四	14:00-15:00	将军澳游泳池(习泳池)	0-4	100	4	25/5-31/5 (8/6){6/7}	
<b>社区园圃计划</b>									

40627662 (SK0524)	16/7-12/11	一,三,四,五,六,日	14:30-17:30	常宁游乐场社区园圃	12+	400	17	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	✉
40630454 (SK0628)	17/7-19/11	一,二,三,四,五,六,日	9:00-12:00	毓雅里社区园圃	12+	400	19	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	✉
40630459 (SK0629)	17/7-19/11	一,二,三,四,五,六,日	14:00-17:00	毓雅里社区园圃	12+	400	19	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	✉

残疾人士活动编号 (班号) (费用全免)	日期	星期	时间	地点	年龄	名额	报名/投表日期 (抽签日期) {公开候补日期}	报名方式
----------------------------	----	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

专为残疾人士而设的康体活动的报名方法 (详情请参阅报名须知内的报名方式)

每名参加者可带同一名同行照料者出席, 报名费用全免。有关同行照料者的安排如下:

因应2019冠状病毒病的最新情况, 为方便控制参加人数, 同行照料者如欲陪同残疾人士参加任何专为残疾人士而设的康体活动, 均须报名, 直至另行通知。

#### 肢体伤残人士身心伸展训练班

40628677 (SK0530)	19/7-23/8	二	15:00-17:00	调景岭体育馆	15+	15	17/6	☰ ⓘ
-------------------	-----------	---	-------------	--------	-----	----	------	-----

长者活动编号 (班号) (供60岁或以上人士参加, 费用全免)	日期	星期	时间	地点	名额	报名/投表日期 (抽签日期) {公开候补日期}	报名方式
------------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

#### 长者游泳训练班 (第一阶段)

40623487 (251)	13/7-12/8	三,五	8:00-9:00	将军澳游泳池 (习泳池)	8	25/5-31/5 (8/6) {6/7}	✉
----------------	-----------	-----	-----------	--------------	---	--------------------------	---

#### 长者游泳训练班 (第二阶段)

40623489 (253)	12/7-11/8	二,四	8:00-9:00	将军澳游泳池 (习泳池)	8	25/5-31/5 (8/6) {6/7}	✉
----------------	-----------	-----	-----------	--------------	---	--------------------------	---

#### 康体汇叙 - 长者徒手健体操

40630811 (SK0702)	15/7-5/8	五	8:00-10:00	翠林体育馆	20	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	✉
-------------------	----------	---	------------	-------	----	---------------------------	---

#### 长者徒手健体训练班

40630337 (SK0588)	2/7-9/8 (19/7,2/8)除外	二,四,六	8:00-9:00	将军澳体育馆	20	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	✉
-------------------	-------------------------	-------	-----------	--------	----	---------------------------	---

40630339 (SK0589)	12/7-11/8	二,四,六	8:00-9:00	调景岭体育馆	30	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	✉
-------------------	-----------	-------	-----------	--------	----	---------------------------	---

40630340 (SK0590)	12/7-11/8	二,四,六	9:00-10:00	调景岭体育馆	30	25/5-31/5 (8/6) {29/6}	✉
-------------------	-----------	-------	------------	--------	----	---------------------------	---

#### 长者器械健体训练班

@ 从未参加过器械健体训练班或已届满不合格期的申请者, 均视作「新申请者」, 可享优先报名权。

不合格期指由上次获取录参加的器械健体训练班完成月份起计, 直至下年同一月份的最后一天。例如: 如申请者最后参加器械健体训练班的完班月份为2016年3月, 其不合格期将由2016年3月开始至2017年3月31日为止。

以先到先得方式报名的训练班: 报名首日只接受新申请者报名, 余额于翌日上午8时30分开始公开接受报名

以抽籤方式报名的训练班: 新申请者将获优先取录, 余额则按抽籤结果由其他申请人填补。

40630333 (SK0587)	19/7-25/8	二,四	7:00-8:00	宝林体育馆	17	@25/5-31/5 (8/6) {6/7}	✉
-------------------	-----------	-----	-----------	-------	----	---------------------------	---

#### 康体汇叙 - 太极

40630281 (SK0545)	6/7-27/7	三	7:00-8:00	宝翠公园硬地足球场	30	6/7-27/7	即场报名
-------------------	----------	---	-----------	-----------	----	----------	------

#### 活力长者计划 - 草地滚球自习

40630805 (SK0696)	5/7-26/7	二	8:00-9:00	坑口文曲里公园	16	5/7-26/7	即场报名
-------------------	----------	---	-----------	---------	----	----------	------

40630806 (SK0697)	5/7-26/7	二	9:00-10:00	坑口文曲里公园	16	5/7-26/7	即场报名
-------------------	----------	---	------------	---------	----	----------	------